

こんなに怖い!

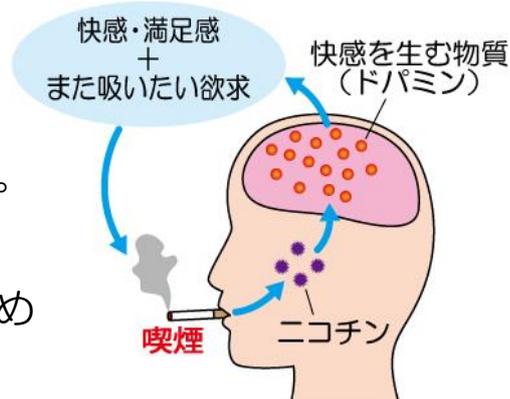
たばこの有害物質



たばこには200種類以上の有害物質が含まれていて、そのうち70種類以上が「発がん物質」です。なかでも「ニコチン」「タール」「一酸化炭素」は3大有害物質として知られています。では、なぜ有害なのでしょう？

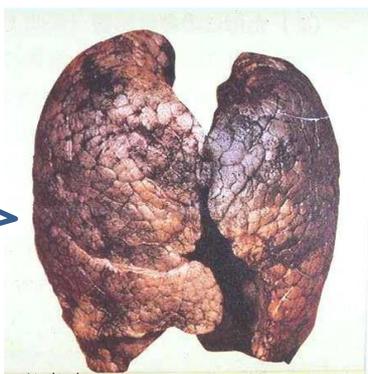
①ニコチン ~ 依存症という悪循環

麻薬にも劣らない強い依存性を持つニコチン。禁煙したくてもできないのはニコチン依存症という病気になっているからです。病気のため治療が効果的です。



②タール ~ 恐ろしい発がん物質

タールには発がん物質が含まれています。すぐに体内から消えず、長く悪影響を与えます。

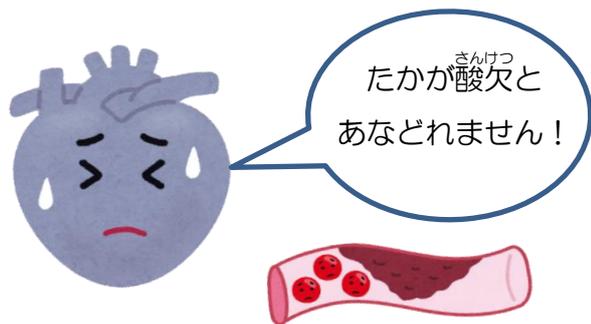


たばこを吸い続けると黒い肺に!

長く喫煙するほど回復に時間がかかります。若いうちに禁煙すればタールが早く排出されます。

③一酸化炭素 ~ 酸欠は病気の引金

一酸化炭素は体内を酸欠状態にします。運動能力の低下や心臓に負担をかけます。



酸欠により血管が狭くなり動脈硬化から心筋梗塞・脳梗塞など死にいたる病にも!

～ 台東区受動喫煙防止対策推進キャラクター けむたいそう ～

望まない受動喫煙 (=たばこの煙を吸わされること) から皆さんを守るため、平成23年に受動喫煙防止対策推進キャラクター けむたいそう が誕生しました。けむたいそうのグッズをみかけたら、近くでたばこを吸うのをやめるようご協力をお願いします。

